

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сельчинская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
Протокол № 1
от «30» августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Сельчинская СОШ
К.Ф. Арутюнян

Приказ № 340
от «30» августа 2023 года



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа «**Всегда первый**» (ОБЖ)

Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 10-16 лет.

Составитель: Лебедев И.Д.,
педагог дополнительного образования

с. Сельчка, 2023 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа «Всегда первый» составлена в соответствии с нормативными документами:

-Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г.

-Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р).

-Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629).

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»,

-Приказ № 427 от 05.04.2021 «О внесении изменений в приказ от 20 марта 2018 г. № 281 «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей УР» и иных нормативных правовых документов.

-Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, порядке их рассмотрения и утверждения в МБОУ Сельчинская СОШ.

Программа будет реализована в Центре образования гуманитарного и цифрового профилей «Точка роста» и на его оборудовании (в целях реализации Указа Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»).

Направленность программы. Программа «Всегда первый» имеет социально-гуманитарную направленность базового ознакомительного уровня.

Уровень программы: базовый.

Актуальность программы заключается в том, что укрепление физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения – является одной из ведущих задач в системе дополнительного образования. Эти задачи перед нами ставит сама жизнь.

Объем информации о действиях во время ЧС или автономии не играет никакой роли, без практических знаний и умений. Чем больше ребята отрабатывают на практике ряд определенных действий, тем более подготовленным морально будет обучающийся к различным стрессовым ситуациям. Стрессовая ситуация в таком случае стрессовой не является, потому что обучающийся к

ней уже готов. Эмоционально-волевая устойчивость в данном случае не нарушается. Людей, обладающих ею, называют сильными. Сильные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гуманными, законными путями.

Программа «Всегда первый» ориентирована на создание у обучающихся правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Всегда первый» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что она является одной из эффективных форм воспитания и перевоспитания, подготовки детей к решению сложных жизненных ситуаций, способствует содействию социальному, духовному и моральному благополучию, здоровому физическому и психическому развитию подрастающего поколения, обучению детей адекватному поведению.

Новизна программы заключается в создании уникальной образовательной среды, формирующей проектное мышление обучающихся за счёт трансляции проектного способа деятельности в рамках решения конкретных проблемных ситуаций.

Вариативность содержания, возможность выбора и построения индивидуальной образовательной траектории. Данная программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, учёт индивидуальных психофизиологических особенностей обучающихся.

Адресат программы. Группа комплектуется из воспитанников от 10 до 16 лет, проявляющих интерес к социально-педагогическим технологиям с различным уровнем навыков и способностей, набор учащихся производится независимо от объёма их знаний, умений и навыков учащихся

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа с перерывом 10 минут.

Технологии обучения и их обоснование:

- словесный (рассказ, беседа)
- личностно-ориентированный
- здоровьесберегающий

Содержание программы подбирается в соответствии с психофизическими и возрастными особенностями детей.

Цель программы:

▲ развитие у обучающихся качеств, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность, через познание себя и других.

Задачи:

Воспитательные: воспитание у обучающихся ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства.

Развивающие: развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в экстремальных ситуациях; способствовать развитию лидерских качеств подростков; развитие умений работать в группе, коллективе;

Образовательные: получение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; формирование умений оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; выработка навыков правильного поведения в экстремальных ситуациях.

Формы и методы обучения.

Для усвоения основных знаний применяются **следующие формы, методы обучения:**

формы обучения обучающихся на занятии: групповая, парная, индивидуальная;

Методы обучения:

- *Словесные* (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);
- *Наглядные* (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций);
- *Эвристические* – (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
- *Практические* (отработка нормативов, решение теоретических и практических задач).

Формы контроля:

- Опросы;
- Практические занятия.

Продолжительность обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Всегда первый» составляет один год. Основной учебно-тематический план составлен на 102 академических часа в год. Для эффектив-

ности выполнения данной программы группы должны состоять из 12-15 человек, состав групп - постоянный.

Отличительной особенностью структуры и содержания программы является ее практическая направленность, возможность обучения школьников и людей разных возрастов, проведения индивидуальной, групповой и коллективной работы, вариативность практических заданий.

Выполнение практических заданий обычно происходит неравномерно, поэтому возможно выполнение работы индивидуально и в подгруппах.

По данной программе могут заниматься обучающиеся, не имеющие специальной подготовки, так как обучение начинается с самых азов.

Программа рассчитана, в первую очередь, на детей со способностями к изучению основ безопасности жизнедеятельности.

Поскольку программа предназначена для детей среднего школьного возраста, необходимо учитывать индивидуальные особенности практически каждого ребенка.

Дети с 9 лет – учащиеся с 3-го класса общеобразовательных организаций. Они отличаются повышенной интеллектуальной и двигательной активностью, желанием развиваться физически, демонстрировать свои способности, стремлением получать высокую оценку со стороны. У подростков начинает формироваться более осознанный подход к миру профессии, политики, нравственности. Отношения к подростку всех субъектов воспитания должны характеризовать следующие признаки: внимание к подростку как к личности, уважение его прав; сострадание и сочувствие, понимание причин отклонений в его поведении; создание теплой, дружеской атмосферы как средство снятия у подростка напряжения и враждебности; тактичность помощи, доверие к его возможностям и одновременно создание атмосферы успешности; освоение взрослым во взаимодействии с подростком роли партнера, советчика, консультанта, старшего товарища.

Теоретические сведения включают информацию познавательного характера, объяснение нового, повтор пройденного материала. Теория сопровождается показом наглядного материала, преподносится в форме рассказа-информации или беседы, сопровождаемой вопросами к детям. Использование наглядных пособий на занятиях повышает у детей интерес к изучаемому материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления. На занятиях используются все известные виды наглядности: показ иллюстраций, рисунков, проспектов, журналов и книг, фотографий, образцов изделий, демонстрация трудовых операций, различных приемов работы, которые дают достаточную возможность детям закрепить их в практической деятельности.

Практическая работа включает отработку знаний полученных на теоретических занятиях на практике.

Методика проведения занятий предусматривает разнообразную практическую деятельность.

В конце каждой темы проводится занятие, где подводятся итоги выполненной работы, тестирование по пройденному материалу, демонстрация полученных знаний на практике, отмечаются достигнутые успехи.

Обучение по программе строится на сочетании коллективных и индивидуальных форм работы, что воспитывает у обучающихся взаимное уважение, умение работать в группе, развивает способность к самостоятельному творческому поиску и ответственность за свою работу, от которой зависит общий результат.

Учебно – тематический план

| № | Название раздела, Темы | Количество часов | | | Формы аттестации (контроля) |
|-----|--|------------------|--------|----------|-----------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж. Психология поведения людей в экстремальных ситуациях Психика человека в экстремальных ситуациях | 1 | 1 | | Опрос |
| 2. | Первая помощь | 27 | 12 | 15 | |
| 2.1 | Общий порядок оказания первой помощи. Личная гигиена | 3 | 2 | 1 | |
| 2.2 | Первая помощь при ушибах и ожогах | 2 | 1 | 1 | |
| 2.3 | Первая помощь при укусах | 2 | 1 | 1 | |
| 2.4 | Первая помощь при отравлениях | 2 | 1 | 1 | |
| 2.5 | Кровотечение. Виды | 3 | 1 | 2 | |
| 2. | Способы остановки | 3 | 1 | 2 | |

| | | | | | |
|----------|---|-----------|-----------|-----------|--|
| 6 | Кровотечения | | | | |
| 2. 7 | Перелом, виды переломов | 2 | 2 | 0 | |
| 2. 8 | Виды переломов | 3 | 1 | 2 | |
| 2. 9 | Первая помощь при переломах | 2 | 2 | 0 | |
| 2. 10 | Первая помощь при переломах на манекене | 3 | 0 | 3 | |
| 2. 11 | Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок | 2 | 0 | 2 | |
| 3 | Пожарная безопасность | 9 | 5 | 4 | |
| 3. 1 | Пожар. Виды пожаров. Средства пожаротушения | 3 | 2 | 1 | |
| 3. 2 | Действия во время пожара. | 3 | 1 | 2 | |
| | Действия пожарного расчета | 3 | 2 | 1 | |
| 4 | Топография | 12 | 6 | 6 | |
| 4. 1 | Понятие о топографии. Значение топографии в хозяйстве и военном деле | 3 | 2 | 1 | |
| 4. 2 | Топографические условные знаки. Топографические карты | 3 | 1 | 2 | |
| 4. 3 | Масштаб. Номенклатура. Рельеф местности и его изображение на картах | 3 | 2 | 1 | |
| 4. 4 | Приборы для ориентирования на местности | 3 | 1 | 2 | |
| 5 | Азимут | 12 | 3 | 9 | |
| 5. 1 | Определение азимута на местности и на карте | 4 | 1 | 3 | |
| 5. 2 | Движение на местности по азимуту. Ориентирование на местности | 4 | 1 | 3 | |
| 5. 3 | Определение сторон горизонта по местным признакам. Определение расстояний на местности и на карте | 4 | 1 | 3 | |
| 6 | Автономное существование | 24 | 14 | 10 | |
| 6. | Понятие об автономном существо- | 3 | 2 | 1 | |

| | | | | | |
|---------|---|-----------|----------|----------|--|
| 1 | вовании человека | | | | |
| 6. 2 | План действия. Сигналы бедствия | 3 | 1 | 2 | |
| 6. 3 | Добыча воды. Подножный корм. Растительная пища. Животная пища | 3 | 1 | 2 | |
| 6. 4 | Ядовитые растения и грибы | 3 | 2 | 1 | |
| 7 | Добыча огня. Типы костров | 3 | 2 | 1 | |
| 7. 1 | Убежища | 3 | 2 | 1 | |
| 7. 2 | Встреча с дикими животными. Следы и следопытство | 3 | 2 | 1 | |
| 7. 3 | Снаряжение и НАЗ | 3 | 2 | 1 | |
| 7. 4 | Туристский маршрут с элементами спасательных работ | 11 | 4 | 7 | |
| 7. 5 | Виды туризма. Спас работы. Инструктаж Этапы маршрута. Правила соревнований. Экипировка, снаряжение | 2 | 1 | 1 | |
| 7. 6 | Узлы | 3 | 1 | 2 | |
| 7. 7 | Страховка и самостраховка | 2 | 0 | 2 | |
| 7. 8 | Переправы (навесная, параллельная и т.д.) Обычный и спортивный способ спуска, траверс склона. Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту | 4 | 2 | 2 | |
| 8 | Чрезвычайные ситуации природного характера | 6 | 4 | 2 | |
| 8. 1 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера | 1 | 1 | | |
| 8. 2 | Виды ЧС природного характера. | 1 | 1 | | |
| 8. 3 | Действия при ЧС природного характера | 2 | 1 | 1 | |
| 8. 4 | Виды ЧС техногенного характера. Действия при ЧС техногенного | 2 | 1 | 1 | |

| | | | | | |
|--|-----------|------------|-----------|-----------|--|
| | характера | | | | |
| | ИТОГО | 102 | 49 | 53 | |

Содержание программы

Раздел 1: Психология поведения людей в экстремальных ситуациях

Вводное занятие. Инструктаж. Психика человека в экстремальных ситуациях.

Раздел 2. Первая помощь

Теория: Общий порядок оказания первой помощи. Личная гигиена. Первая помощь при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях. Кровотечение. Виды. Способы остановки Перелом, виды переломов.

Практика: Первая помощь при переломах. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок.

Раздел 3: Пожарная безопасность

Теория: Пожар. Виды пожаров. Средства пожаротушения.

Практика: Действия во время пожара. Действия пожарного расчета.

Раздел 4: Топография

Теория: Понятие о топографии. Значение топографии в хозяйстве и военном деле. Топографические условные знаки. Топографические карты. Масштаб. Номенклатура. Рельеф местности и его изображение на картах.

Практика: Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по местным признакам. Определение расстояний на местности и на карте.

Раздел 5: Азимут

Теория: Приборы для ориентирования на местности. Азимут.

Практика: Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту.

Раздел 6: Автономное существование

Теория: Понятие об автономном существовании человека. Растительная пища. Животная пища. Ядовитые растения и грибы.

Практика: План действия. Сигналы бедствия. Добыча воды. Подножный корм. Добыча огня. Типы костров. Убежища. Встреча с дикими животными. Следы и следопытство. Снаряжение и НАЗ.

Раздел 7: Туристский маршрут с элементами спасательных работ

Теория: Виды туризма. Спас работы. Инструктаж. Этапы маршрута. Правила соревнований. Экипировка, снаряжение. Узлы. Страховка и самостраховка. Переправы (навесная, параллельная и т.д.).

Практика: Обычный и спортивный способ спуска, траверс склона. Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту.

Раздел 8: Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Теория: Виды ЧС природного характера. Виды ЧС техногенного характера.

Практика: Действия при ЧС природного характера. Действия при ЧС техногенного характера.

Планируемые результаты

Ожидаемый результат изучения курса.

В результате изучения курса «Всегда первый»:

Должны знать:

- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, наружных кровотечениях, попадания инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.

- что такое здоровый образ жизни и его компоненты;

- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: при использовании бытовых устройств, приборов, инструментов, средств бытовой химии; при неисправности системы электроснабжения; при пожаре в доме/квартире; при утечке газа; на воде, в туристических походах.

- что такое личная безопасность в сети Интернет; цифровой след; пассивный и активный цифровой след;

- основы безопасного общения в Интернет;

- жизненный цикл проекта.

Должны уметь:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах, готовиться к туристическим походам;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;

- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;

- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;

- добывать и очищать воду в автономных условиях;

- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;

- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;

- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи, классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах, растяжениях, вывихах, переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах, при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Учащийся получит возможность научиться:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

В результате освоения программы «Всегда первый» ожидаются следующие результаты:

Личностные результаты:

1. усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

2. формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

– формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;

– формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

1. развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

2. формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

3. формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

4. осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

5. формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

– умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

– умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

– умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её

решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
 1. формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
 2. понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
 3. знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 4. умение оказать первую помощь пострадавшим;

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарно - учебный график

| Месяц | Год обучения, форма занятия | | | |
|----------|-----------------------------|----------|----------|----------|
| | № недели | | | |
| | | <i>Т</i> | <i>П</i> | <i>К</i> |
| Сентябрь | 1 | <i>Т</i> | | |
| | 2 | <i>Т</i> | | |
| | 3 | | <i>П</i> | |
| | 4 | <i>Т</i> | | |
| | 5 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| Октябрь | 1 | | <i>П</i> | |
| | 2 | <i>Т</i> | | |
| | 3 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 4 | <i>Т</i> | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 5 | | | |
| Ноябрь | 1 | <i>Т</i> | | |
| | 2 | <i>Т</i> | | |
| | 3 | <i>Т</i> | | |
| | 4 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 5 | | | |
| Декабрь | 1 | <i>Т</i> | <i>П</i> | |
| | 2 | | <i>П</i> | |
| | 3 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 4 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 5 | | | |
| Январь | 1 | <i>Т</i> | | |
| | 2 | <i>Т</i> | | |
| | 3 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 4 | | <i>П</i> | <i>К</i> |

| | | | | |
|---------------------------|-----------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| | 5 | | | |
| <i>Февраль</i> | 1 | <i>T</i> | | |
| | 2 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 3 | | <i>П</i> | |
| | 4 | | <i>П</i> | |
| | 5 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| <i>Март</i> | 1 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 2 | <i>T</i> | <i>П</i> | |
| | 3 | | <i>П</i> | |
| | 4 | <i>T</i> | <i>П</i> | |
| | 5 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| <i>Апрель</i> | 1 | <i>T</i> | <i>П</i> | |
| | 2 | <i>T</i> | <i>П</i> | |
| | 3 | | <i>П</i> | |
| | 4 | <i>T</i> | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 5 | | <i>П</i> | |
| <i>31 мая</i> | 1 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 2 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 3 | | <i>П</i> | |
| | 4 | | <i>П</i> | <i>К</i> |
| | 5 | | | <i>К</i> |
| <i>Всего часов</i> | | 40 | 46 | 16 |
| | <i>34 недели, 102 часа</i> | | | |

Условия реализации программы

Перечень необходимого оборудования

Техническое оснащение:

- ▲ Кабинет, имеющий хорошее освещение.
- ▲ Стулья, рабочие столы.
- ▲ Стол и стул педагога.
- ▲ Шкаф для размещения материалов, наглядных пособий.
- ▲ Доска школьная.
- ▲ Палатки
- ▲ Спальные мешки
- ▲ Пенополиуретановые коврики и сиденья
- ▲ Альпинистские веревки Д10
- ▲ Карабины
- ▲ Жумары
- ▲ Альпинистские системы
- ▲ Тренажер для отработки реанимационных действий «Гоша»
- ▲ Аптечка
- ▲ Носилки

Учебно-методическое обеспечение

| № | Тема | Используемые формы, методы | Дидактический материал, техническое оснащение |
|---|--|----------------------------|---|
| 1 | Психология поведения людей в экстремальных ситуациях | Беседа | компьютер или ноутбук, мультимедийное оборудование. |
| 2 | Первая помощь | Мастер-класс, практикум | наглядные методические пособия, плакаты, настенные иллюстрации, фотографии, тренажеры, муляжи, проектор |
| 3 | Пожарная безопасность | Беседа, знакомство с СИЗ | наглядные методические пособия, плакаты, настенные иллю- |

| | | | |
|---|--|--------------------------|---|
| | | | страции, фотографии, тренажеры, проектор |
| 4 | Топография | Беседа, работа в группах | слайд-фильмы, видеофильмы, учебные кинофильмы, аудиозаписи |
| 5 | Азимут | Практическое занятие | наглядные методические пособия, плакаты |
| 6 | Автономное существование | Беседа, | слайд-фильмы, видеофильмы, учебные кинофильмы |
| 7 | Туристский маршрут с элементами спасательных работ | Практикум, исследование | наглядные методические пособия, плакаты, настенные иллюстрации, фотографии, тренажеры, проектор |
| 8 | Чрезвычайные ситуации природного характера | Беседа, видео-занятие | слайд-фильмы, видеофильмы, учебные кинофильмы |

Формы аттестации

Для оценки результативности обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Всегда первый» применяется входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

– Входной контроль (тест, беседы): определение исходного уровня знаний и умений.

– Текущий контроль (опрос, контроль за качеством выполненных изделий на практических занятиях): определение уровня усвоения изучаемого материала по темам.

– Промежуточный и итоговый контроль (выходное тестирование, выполнение практических заданий по изученным темам): Определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических знаний, умений и навыков, а также сформированности личностных качеств.

Контрольно – измерительные материалы

1. Введение

Входящее тестирование по теме «Оказание первой помощи»

- 1.** Когда нужно вызвать скорую помощь?
 - 1) если у пострадавшего затрудненное дыхание
 - 2) если у человека несильно болит голова
 - 3) если отсутствует аппетит
- 2.** Какова цель первой помощи?
 - 1) вылечить человека
 - 2) оказать оперативную помощь человеку, получившему травму, до прибытия скорой помощи
 - 3) высказать сочувствие
- 3.** Сколько видов оказания первой помощи?
 - 1) 5
 - 2) 7
 - 3) 10
- 4.** Почему важно оказать первую помощь?
 - 1) это может спасти человеку жизнь
 - 2) это поднимет ему настроение
 - 3) это поможет излечить болезнь
- 5.** Что такое первая помощь?
 - 1) оперативная помощь пострадавшему
 - 2) квалифицированная помощь медиков
 - 3) помощь медсестер
- 6.** Что нужно сделать сначала при оказании первой помощи?

- 1) вызвать скорую помощь
- 2) определить неотложную ситуацию
- 3) звать людей на помощь
7. Нужно ли вызывать скорую помощь, если пострадавший чувствует давление в груди?
 - 1) да
 - 2) нет
 - 3) только если пострадавший попросит
8. Когда был утвержден перечень состояний, при которых оказывается первая помощь?
 - 1) в 2010 году
 - 2) в 2012 году
 - 3) в 2015 году
9. Как иначе называется искусственный массаж сердца?
 - 1) непрямой массаж сердца
 - 2) прямой массаж сердца
 - 3) реанимация
10. Что такое ПДП?
 - 1) первая доврачебная помощь
 - 2) первая добровольная помощь
 - 3) профилактическая доврачебная помощь

2. Здоровье человека. Строение организма

Учащийся должен показать на схеме расположение основных органов и костей человека. Оборудование модель «скелет человека», проектор ноутбук

| Оценка | Показатели оценивания |
|---------------------|-------------------------------------|
| Неудовлетворительно | Не сумел показать более 7 объектов |
| Удовлетворительно | Сумел показать 8-14 объектов из 20 |
| Хорошо | Сумел показать 15-19 объектов из 20 |
| Отлично | Сумел показать 18-20 объектов из 20 |

3. Травмы: условия получения, виды, первая помощь

Учащийся должен суметь определить характер травмы у «пострадавшего», далее оказать первую помощь в правильной последовательности действий.

Виды травм: венозное кровотечение, артериальное кровотечение, капиллярное кровотечение, перелом конечности, ожог 1,2,3 степени, обморожение.

- 5 «отлично» – правильная оценка характера травмы, полное, последовательное перечисление действий с аргументацией каждого этапа;
- 4 «хорошо» – правильная оценка характера травмы, полное, последовательное перечисление действий затруднение в аргументации этапов;
- 3 «удовлетворительно» – правильная оценка характера травмы; неполное перечисление или нарушение последовательности действий, затруднения в аргументации;
- 2 «неудовлетворительно» – неверная оценка ситуации или неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению состояния пострадавшего

4. Неотложные ситуации: сердечно-легочная реанимация, травматический шок

Учащийся должен определить признаки клинической смерти используя манекен (наличие сознания, наличие пульса на сонной артерии, наличие дыхания), вызвать скорую помощь, придать правильное положение (расстегнуть брючный ремень, проверить дыхательные пути на проходимость, подложить валик под голову), приступить к осуществлению закрытого массажа сердца, 100 надавливаний в минуту, с нужной глубиной надавливания учитывая возраст потерпевшего), искусственная вентиляция легких методом «рот в рот»

- 5 «отлично» – правильная оценка характера травмы, полное, последовательное перечисление действий с аргументацией каждого этапа;
- 4 «хорошо» – правильная оценка характера травмы, полное, последовательное перечисление действий затруднение в аргументации этапов;
- 3 «удовлетворительно» – правильная оценка характера травмы; неполное перечисление или нарушение последовательности действий, затруднения в аргументации;
- 2 «неудовлетворительно» – неверная оценка ситуации или неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению состояния пострадавшего

5. Опасные ситуации в жизни

С использованием других учащихся и вспомогательного инвентаря имитируется ситуация произошедшего несчастного случая, учащийся должен определить состояние «пострадавшего», виды полученных травм, правильно оказать первую помощь.

- 5 «отлично» – правильная оценка характера травмы, полное, последовательное перечисление действий с аргументацией каждого этапа;
- 4 «хорошо» – правильная оценка характера травмы, полное, последовательное перечисление действий затруднение в аргументации этапов;
- 3 «удовлетворительно» – правильная оценка характера травмы; неполное перечисление или нарушение последовательности действий, затруднения в аргументации;
- 2 «неудовлетворительно» – неверная оценка ситуации или неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению состояния пострадавшего

6. Подведем итоги

Итоговый тест "Оказание первой помощи"

1. Признаки артериального кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. очень темный цвет крови
 2. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей
 3. большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего
 4. над раной образуется валик из вытекающей крови
 5. кровь пассивно стекает из раны
- 2. Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?**

Выберите один ответ:

- 1. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту»**
2. Искусственная вентиляция легких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину
3. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту»

3. Вторым действием (вторым этапом) при оказании первой помощи является:

Выберите один ответ:

1. Предотвращение возможных осложнений
- 2. Устранение состояния, угрожающего жизни и здоровью пострадавшего**
3. Правильная транспортировка пострадавшего

4. Признаки венозного кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. кровь пассивно стекает из раны
2. над раной образуется валик из вытекающей крови
- 3. очень темный цвет крови**
4. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей

5. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения?

Выберите один ответ:

- 1. Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание**
2. Пульс, высокая температура, судороги.
3. Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания

6. Кто может оказывать первую помощь пострадавшему ребенку?

Выберите один ответ:

- 1. только медицинский работник**
2. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком
3. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком, при наличии специальной подготовки и (или) навыков

7. Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи?

Выберите один ответ:

1. Разрешено
- 2. Запрещено**
3. Разрешено в случае крайней необходимости

8. Куда накладывается кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении?

Выберите один ответ:

1. Непосредственно на рану.
2. Ниже раны на 4-6 см.
- 3. Выше раны на 4-6 см.**

9. При открытом переломе конечностей, сопровождающимся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается:

Выберите один ответ:

1. С наложения импровизированной шины
- 2. С наложения жгута выше раны на месте перелома**
3. С наложения давящей повязки

10. Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют подручные средства для их изготовления?

Выберите один ответ:

1. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.

2. Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.

3. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.

11. Какие из перечисленных мероприятий относятся к оказанию первой помощи?

Выберите один или несколько ответов:

1. восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей
2. применение лекарственных препаратов
3. выявление признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих жизни и здоровью
4. передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи
5. сердечно-легочная реанимация
6. определение признаков жизни у пострадавшего ребенка
7. придание оптимального положения телу
8. контроль состояния и оказание психологической поддержки
9. временная остановка наружного кровотечения
10. оценка обстановки и создание безопасных условий для оказания первой помощи
11. вызов скорой медицинской помощи

12. В каком порядке проводятся мероприятия первой помощи при ранении?

Выберите один ответ:

1. Остановка кровотечения, наложение повязки
2. Обеззараживание раны, наложение повязки, остановка кровотечения
3. Остановка кровотечения, обеззараживание раны, наложение повязки

13. О каких травмах у пострадавшего может свидетельствовать поза «лягушки» (ноги согнуты в коленях и разведены, а стопы развернуты подошвами друг к другу) и какую первую помощь необходимо при этом оказать?

Выберите один ответ:

1. У пострадавшего могут быть переломы костей голени и нижней трети бедра. При первой помощи наложить шины только на травмированную ногу от голеностопного до коленного сустава, не вытягивая ногу.
2. У пострадавшего могут быть ушиб брюшной стенки, перелом лодыжки, перелом костей стопы. При первой помощи вытянуть ноги, наложить шины на обе ноги от голеностопного сустава до подмышки.
3. У пострадавшего могут быть переломы шейки бедра, костей таза, перелом позвоночника, повреждение внутренних органов малого таза, внутреннее кровотечение. Позу ему не менять, ноги не вытягивать, шины не накладывать. При первой помощи подложить под колени валик из мягкой ткани, к животу по возможности приложить холод.

14. В какой последовательности следует осматривать ребенка при его травмировании?

Выберите один ответ:

1. конечности, область таза и живот, грудная клетка, шея, голова
2. голова, шея, грудная клетка, живот и область таза, конечности
3. грудная клетка, живот и область таза, голова, шея, конечности

15. В чем заключается первая помощь пострадавшему, находящемуся в сознании, при повреждении позвоночника?

Выберите один ответ:

1. Пострадавшему, лежащему на спине, подложить под шею валик из одежды и приподнять ноги
2. Лежащего пострадавшего не перемещать. Следует наложить ему на шею импровизированную шейную шину, не изменяя положения шеи и тела
3. Уложить пострадавшего на бок

16. Когда должен применяться непрямой массаж сердца?

Выберите один ответ:

1. при кровотечении
2. при применении искусственного дыхания
3. после освобождения пострадавшего от опасного фактора
4. при повышении артериального давления

5. при отсутствии пульса**17. Что делать, если ребенок получил ожог пламенем, кипятком или паром?**

Выберите один или несколько ответов:

1. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим охлаждать место ожога холодной проточной водой не менее 20 минут
2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим приложить холодный предмет к месту ожога, предварительно обернув его куском ткани
3. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком

18. Как проверить наличие дыхания у ребенка при внезапной потере сознания?

Выберите один ответ:

1. в течение 10 секунд внимательно посмотреть на его грудную клетку
2. наклониться к ребенку, приложить ухо к его грудной клетке и в течение 10 секунд прислушиваться
3. запрокинуть голову ребенка, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, пытаться ощутить дыхание ребенка на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки

19. Как следует уложить пострадавшего при потере им сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи?

Выберите один ответ:

1. На спину с вытянутыми ногами
2. Чтобы пострадавший не мог погнубнуть от удушения в результате западания языка, его следует положить на живот, чтобы вызвать рвотный рефлекс
3. Чтобы пострадавший не мог погнубнуть от удушения в результате западания языка, его следует положить на бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой
4. На спину с подложенным под голову валиком

20. Признаки обморока

Выберите один или несколько ответов:

1. потере сознания предшествуют резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах
2. кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин)
3. потеря чувствительности
4. потеря сознания более 6 мин

21. Как проверить признаки сознания у ребенка?

Выберите один ответ:

1. аккуратно потормошить за плечи и громко спросить «Что случилось?»
2. поводить перед ребенком каким-нибудь предметом и понаблюдать за движением его глаз
3. спросить у ребенка, как его зовут

22. В каком объеме проводятся мероприятия при прекращении сердечной деятельности и дыхания у пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких) и НМС (непрямого массажа сердца).
2. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких)

3. Проведение НМС (непрямого массажа сердца)

23. При попадании в глаза щелочного раствора:

Выберите один ответ:

1. создать пострадавшему покой
2. необходимо промыть глаза мыльным раствором

3. необходимо промыть глаза проточной водой в большом количестве

24. Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при давлении руками на его грудину (выполнении непрямого массажа сердца)?

Выберите один ответ:

1. Основания ладоней обеих рук должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону левого плеча пострадавшего, а другой – в сторону правого плеча

2. Основания ладоней обеих рук, которые накладываются одна на другую, должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону подбородка пострадавшего, а другой – в сторону живота

3. Давление руками на грудину выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.

25. Перелом это

Выберите один ответ:

1. трещины, сколы, раздробление костей
2. разрушение мягких тканей костей
3. трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела

26. Действия по помощи пострадавшему при попадании инородного тела в дыхательные пути:

Выберите один ответ:

1. Положить пострадавшего на бок и вызвать интенсивную рвоту.
2. **Нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, при отсутствии эффекта — обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота.**
3. Нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.

27. Первая медицинская помощь при вывихе конечности?

Выберите один ответ:

1. Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт
2. **Осуществить иммобилизацию конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт**
3. Дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность

28. Каковы признаки кровотечения из крупной артерии и первая помощь при ее ранении?

Выберите один ответ:

1. Одежда пропитывается кровью только в месте ранения (цвет крови не имеет значения), кровь вытекает из раны пассивно. Накладывается кровоостанавливающий жгут ниже места ранения не менее чем на 3-5 см.
2. Одежда быстро пропитывается кровью, кровь темного цвета вытекает из раны пассивно. Накладывается давящая повязка на место ранения.
3. **Одежда пропитана кровью, кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей. Накладывается кровоостанавливающий жгут выше места ранения не менее чем на 3-5 см.**

29. Основные правила оказания первой помощи при травматическом шоке:

Выберите один ответ:

- 1. Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Восстановление нарушенного дыхания и сердечной деятельности, временная остановка кровотечения, борьба с болью, закрытие ран стерильными (чистыми) повязками, придание пострадавшему наиболее удобного положения, обеспечить приток свежего воздуха, организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.**
2. Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Снять одежду или ослабить ее давление. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить на лоб холодный компресс. Обеспечить приток свежего воздуха. Организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.
3. Уложить пострадавшего на спину. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить теплые примочки на лоб и затылок.

30. При переломах костей конечностей накладывается шина:

Выберите один ответ:

1. ниже области перелома
- 2. выше и ниже области перелома, так чтобы шина захватывала не менее двух ближайших суставов**
3. выше области перелома

31. Какие предпринять меры при подозрении на отравление ребенка?

Выберите один или несколько ответов:

- 1. удалить поступивший яд (например, вызвать рвоту)**
- 2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком, оказывая помощь при необходимости (например, при исчезновении признаков жизни приступить к сердечно-легочной реанимации)**
- 3. прекратить поступление ядовитого вещества в организм ребенка (вынести его из загазованной зоны, удалить жало насекомого, стереть ядовитое вещество с поверхности кожи и т. д.)**

32. Когда следует начинать сердечно-легочную реанимацию пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. При наличии болей в области сердца и затрудненного дыхания
2. При потере пострадавшим сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии, и признаков дыхания
- 3. При потере пострадавшим сознания и отсутствии пульса на сонной артерии, а также признаков дыхания**

33. Как обеспечить восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей пострадавшего при подготовке к проведению сердечно-легочной реанимации?

Выберите один ответ:

1. Уложить пострадавшего на спину и, не запрокидывая ему голову, сжать щеки, чтобы раздвинуть губы и раскрыть рот. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.
2. Уложить пострадавшего на бок, наклонить его голову к груди. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.
- 3. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс. Уложить пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть.**

34. Как определить наличие пульса на сонной артерии пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. Большой палец руки располагают на шее под подбородком с одной стороны гортани, а остальные пальцы – с другой стороны
- 2. Три пальца руки располагают с правой или левой стороны шеи на уровне щитовидного хряща гортани (кадыка) и осторожно продвигают вглубь шеи между щитовидным хрящом и ближайшей к хрящу мышцей**
3. Три пальца руки располагают с левой стороны шеи под нижней челюстью

35. Какова первая помощь при черепно-мозговой травме, сопровождающейся ранением волосистой части головы?

Выберите один ответ:

1. Наложить импровизированную шейную шину, на рану наложить стерильный ватный тампон, пострадавшего уложить на спину, приподняв ноги. По возможности к голове приложить холод.
- 2. Наложить импровизированную шейную шину. К ране волосистой части головы приложить давящую повязку из стерильного бинта, пострадавшего уложить на бок с согнутыми в коленях ногами, по возможности к голове приложить холод.**
3. Шейную шину не накладывать, рану заклеить медицинским пластырем, пострадавшего уложить на бок только в случае потери им сознания

36. При каких состояниях ребенка педагог может оказать ему первую помощь?

Выберите один или несколько ответов:

- 1. ожоги**
- 2. травмы различных областей тела**
- 3. инородные тела верхних дыхательных путей**
- 4. отморожения**
5. высокая температура
- 6. отсутствие сознания**
- 7. отравление**
- 8. наружные кровотечения**
9. боли в животе
- 10. остановка дыхания и кровообращения**

11. боли в груди

37. Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)?

Выберите один ответ:

1. Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать
2. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, поить пострадавшего водой
- 3. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой**

38. При черепно-мозговой травме:

Выберите один ответ:

1. необходимо положить на голову тепло
- 2. необходимо положить на голову холод**
3. необходимо наложить на голову марлевую повязку

39. Что нужно делать при сильном кровотечении у ребенка в результате травмы до прибытия бригады скорой медицинской помощи?

Выберите один или несколько ответов:

- 1. если давящая повязка не помогает и кровотечение не останавливается, прижать артерию пальцем, наложить кровоостанавливающий жгут**
2. промыть рану, обработать ее, затем наложить салфетку, туго забинтовать
- 3. наложить на рану салфетку, прижать, туго забинтовать**
- 4. обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи**

40. Внезапно возникающая потеря сознания — это:

Выберите один ответ:

1. Шок

2. Мигрень

3. Обморок

41. При артериальном кровотечении наложенный жгут нельзя держать более:

Выберите один ответ:

1. 1 ч

2. 30 мин

3. 45 мин

42. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?

Выберите один ответ:

1. Не более получаса в теплое время года и не более одного часа в холодное время года

2. Не более одного часа в теплое время года и не более получаса в холодное время года

3. Время наложения жгута не ограничено

43. Что делать, если ребенок подавился и не может дышать, говорить и кашлять?

Выберите один или несколько ответов:

1. если удары в спину и толчки в верхнюю часть живота не помогли, уложить ребенка на пол, проверить признаки дыхания, при их отсутствии – вызвать скорую медицинскую помощь и приступить к сердечно-легочной реанимации

2. выполнить толчки в верхнюю часть живота (детям до года – в грудь) до 5 попыток, если традиционные удары по спине не помогли

3. ударить по спине между лопатками (до 5 попыток), наклонив ребенка вперед

44. Признаки переохлаждения

Выберите один или несколько ответов:

1. нет пульса у лодыжек

2. посинение или побледнение губ

3. озноб и дрожь

4. нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение

5. снижение температуры тела

6. потеря чувствительности

45. Третьим действием (третьим этапом) при оказании первой помощи является:

Выберите один ответ:

1. Предотвращение возможных осложнений

2. Прекращение воздействия травмирующего фактора

3. Правильная транспортировка пострадавшего

46. К ушибленному месту необходимо приложить:

Выберите один ответ:

1. Грелку

2. Холод

3. Спиртовой компресс

47. При проведении ИВЛ (искусственной вентиляции легких) методом «рот в рот» необходимо:

Выберите один ответ:

1. Зажимать нос пострадавшего только в случае, если носовые ходы свободны

2. Нос пострадавшему не зажимать

3. Свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего

48. При ушибах и растяжениях на поврежденное место накладывается:

Выберите один ответ:

1. тепло

2. свободная повязка

3. холод

49. Первым действием (первым этапом) при оказании первой помощи является:

Выберите один ответ:

1. Прекращение воздействия травмирующего фактора

2. Правильная транспортировка пострадавшего

3. Предотвращение возможных осложнений

50. Как остановить кровотечение при ранении вены и некрупных артерий?

Выберите один ответ:

1. Наложить жгут ниже места ранения

2. Наложить давящую повязку на место ранения

3. Наложить жгут выше места ранения

Критерии оценивания

| Оценка | Процент правильных ответов |
|----------------------|----------------------------|
| Не удовлетворительно | Менее 40% |
| Удовлетворительно | 41-60% |
| Хорошо | 61-80% |
| Отлично | 81-100% |

Воспитательный компонент программы разработан в соответствии с Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.

Воспитательная работа осуществляется в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Страна безопасности» и имеет 2 важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Цель: Создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности обучающегося, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

1. Способствовать развитию личности, способной формировать собственное мировоззрение и систему базовых ценностей.

2. Сформировать умение самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности обучающихся.

2. Развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности.

Результат воспитания – это достигнутая цель, те изменения в личностном развитии обучающихся, которые они приобрели в процессе воспитания.

Планируемые результаты:

- Проявление творческой активности обучающихся в различных сферах социально значимой деятельности;
- Развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- Формирование позитивной самооценки, умение противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности.

Формы работы направлены на работу с коллективом учащихся и родительской общественностью.

Работа с коллективом обучающихся:

- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- формирование навыков по этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение практическим умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями:

- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации), в том числе в формате онлайн.;
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей, тематических и концертных мероприятий, походов в течение года);
- публикация информационных (просветительских) статей для родителей по вопросам воспитания детей в группе творческого объединения в социальной сети «ВКонтакте».

Направления воспитательной работы:

1. Духовно-нравственное воспитание (формирование ценностных представлений о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и народов России.

2. Формирование коммуникативной культуры (формирование навыков ответственного коммуникативного поведения, умения корректировать свое общение в зависимости от ситуации, в рамках принятых в культурном обществе норм этикета поведения и общения, а также норм культуры речи; культивировать в среде воспитанников принципы взаимопонимания, уважения к себе и ок-

ружающим людям и обучать способам толерантного взаимодействия и конструктивного разрешения конфликтов).

3. Положительное отношение к труду и творчеству (формирование представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства; условий для развития возможностей обучающихся с ранних лет получить знания и практический опыт трудовой и творческой деятельности как неперемennого условия экономического и социального бытия человека).

4. Здоровьесберегающее воспитание и формирование культуры здорового, безопасного образа жизни, организация комплексной профилактической работы (профилактика употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма) (направлено на совершенствование и развитие физических качеств личности, формы и функций организма человека, формирования осознанной потребности в физкультурных занятиях, двигательных умений, навыков, связанных с ними знаний, потребности в активном, здоровом образе жизни, негативного отношения к вредным, для здоровья человека, привычкам).

5. Самоопределение и профессиональная ориентация (оказание профориентационной поддержки учащимся в процессе выбора ими самоопределения и выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности; выработка у школьников сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда).

Календарный план воспитательной работы

| № | Мероприятия | Цели, задачи | Сроки проведения | Примечание |
|----|---|--|------------------|------------|
| 1 | Конкурс плакатов «Безопасность и школа» | Привлечение внимания обучающихся к проблеме соблюдения дисциплины в школе и детскому травматизму. | сентябрь | |
| 2 | Школьный туристический слет «Классный турслет» | Знакомство и сплочение детей в коллективе, формирование коммуникативной культуры, формирование навыков безопасного поведения на природе | сентябрь | |
| 3 | День дублера | Создание условий для самореализации личности, воспитание самостоятельности, ответственного отношения к порученному делу. Пропаганда профессии учителя. | октябрь | |
| 4 | Беседа с психологом по теме «Человек в чрезвычайной ситуации» | Мотивирование к воспитанию таких качеств личности как ответственность, самообладание, дисциплинированность. | октябрь | |
| 5 | Участие в акции «Курить - не модно, модно-не курить!» (К международному дню отказа от курения) | Привлечение внимания обучающихся к проблеме вреда здоровья при употреблении табака, пропаганда ЗОЖ | ноябрь | |
| 6 | Родительское собрание. Мастер класс по оказанию ПП для родителей | Привлечь внимание родителей в воспитании в детях таких качеств как умение прийти на помощь, ответственного отношения к жизни других людей. | ноябрь | |
| 7 | Акция «Анти-СПИД» | Профилактика заболевания СПИДом, привлечение внимания к росту заболеваемости в России | декабрь | |
| 8 | Изготовление буклетов на тему оказания ПП | Профилактика знаний и навыков оказания ПП | декабрь | |
| 9 | Конкурс рисунков «Профилактика вредных привычек» | Привлечение внимания обучающихся к проблеме сохранения здоровья, пропаганда ЗОЖ | январь | |
| 10 | Тестирование учащихся | Помощь учащимся в са- | январь | |

| | | | | |
|-----------|--|--|---------|--|
| | психологом для определения темперамента | мопознании, прогнозирование поведения при возникновении ЧС | | |
| 11 | Военно-спортивная игра «Зарница» | Профессиональная ориентация и повышение мотивации молодежи к исполнению воинского долга в Вооруженных Силах Российской Федерации | февраль | |
| 12 | Смотр песни и строя | Воспитание патриотизма и любви к Родине | февраль | |
| 13 | Мастер класс по оказанию ПП для учащихся | Воспитание ответственности к жизни и здоровью окружающих, пропаганда развития навыков оказания ПП | март | |
| 14 | Занятие по программе «В мире медицинских профессий» | Помощь в выборе профессий связанных с медициной. | март | |
| 15 | Изготовление памяток «Человеку стало плохо» | Профилактика неинфекционных заболеваний и оказании ПП при инфаркте, инсульте. | апрель | |
| 16 | Дебаты на тему: «Электронные сигареты и вейпы: вред или просто дым?» | Привлечение внимания обучающихся к проблеме вреда здоровья при употреблении табака, пропаганда ЗОЖ | апрель | |
| 17 | Экскурсия в пожарную часть «Я в пожарные пойду- пусть меня научат» | Помощь в выборе профессий связанных с МЧС | май | |
| 18 | Соревнования по спортивному ориентированию | Формирование коммуникативной культуры, формирование навыков безопасного поведения на природе. | май | |

Оценочные материалы

Для оценки результативности реализации дополнительной общеобразовательной программы «Школа безопасности» используются следующие группы методов диагностики:

1. Информационно-констатирующие (анкеты, опросы, беседы, тесты, анализ документов).
2. Оценочные: экспертные оценки, независимые характеристики (отзывы родителей, учителей, зрителей), тесты.
3. Поведенческие: наблюдения, специальные ситуации (ситуации свободного выбора, ролевые игры), игры.
4. Продуктивные: анализ продуктивной деятельности, тесты, участие в конкурсах, олимпиадах, достижения обучающихся.

Для повышения качества и объективности оценки освоения программ, в ОО разработаны технологии определения обученности и воспитанности обучающихся. Оценка происходит по 15-ти бальной системе, содержит основные показатели и критерии уровней обученности и воспитанности.

**«Мониторинг результатов обучения по дополнительной общеобразовательной программе
«Всегда первый»»**

| Показатели (оцениваемые параметры) | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества |
|---|---|--|
| <p>I. Теоретическая подготовка учащихся. 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана образовательной программы)</p> <p>1.2. Владение специальной терминологией.</p> | <p>Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям.</p> <p>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии.</p> | <p>1-3 балла - обучающийся не овладел знаниями, предусмотренных программой, и не знает терминологии;</p> <p>4-6 баллов - обучающийся овладел меньше чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой, и избегает употреблять специальные термины;</p> <p>7-9 баллов - объем усвоенных знаний составляет более 1/2 и сочетает специальную терминологию с бытовой;</p> <p>10-12 баллов - обучающийся освоил весь объем знаний, предусмотренных программой, и применяет специальную терминологию;</p> <p>13-15 баллов - обучающийся свободно воспринимает теоретическую информацию и умеет работать со специальной литературой. Осмысленность и полнота использования специальной терминологии.</p> |
| <p>II. Практическая подготовка учащихся. 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана образовательной программы)</p> | <p>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям.</p> | <p>1-3 балла - обучающийся не овладел умениями и навыками, предусмотренными программой, не умеет работать с оборудованием и не в состоянии выполнить задания педагога;</p> <p>4-6 баллов - обучающийся овладел меньше чем 1/2 объема умениями и навыками, предусмотренными программой, испытывает серьезные затруднения</p> |

| | | |
|---|---|--|
| 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением. | Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения. | при работе с оборудованием и в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога; 7-9 баллов - объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2, работает с оборудованием с помощью педагога и выполняет в основном задание на основе образца; 10-12 баллов - обучающийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренных программой, работает с оборудованием самостоятельно и в основном выполняет практические задания с элементами творчества; 13-15 баллов - обучающийся свободно владеет умениями и навыками, предусмотренных программой. Легко преобразует и применяет полученные знания и умения. Всегда выполняет практические задания с творчеством. |
| 2.3. Творческие навыки. | Креативность в выполнении практических заданий | |
| III. Учебно-организационные умения и навыки. 3.1. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности. | Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям. | 1-3 балла - обучающийся не знает правил безопасности, не умеет готовить рабочее место, не аккуратен в работе. 4-6 баллов - обучающийся овладел меньше чем на 1/2 объема навыков соблюдения правил безопасности, и способностью готовить рабочее место, работы делает не качественно. |
| 3.2. Умение организовать свое рабочее место. | Способность самостоятельно готовить рабочее место и убирать его за собой. | 7-9 баллов - обучающийся объем усвоенных навыков и способность готовить свое рабочее место составляет более 1/2, к работе относится старательно, |

| | | |
|--|---|---|
| <p>3.3. Умение аккуратно выполнять работу, качественный результат.</p> | <p>Аккуратность и ответственность в работе.</p> | <p>не всегда ответственен. 10-12 баллов - обучающийся освоил практически весь объем навыков правил соблюдения безопасности и готовит свое рабочее место иногда с напоминания педагога, в работе аккуратен. 13-15 баллов - обучающийся освоил весь объем навыков, предусмотренных программой. Самостоятельно готовит свое рабочее место, аккуратно и ответственно выполняет задания.</p> |
|--|---|---|

1-3 балла – низкий уровень

4-6 баллов – ниже среднего уровня

7-9 баллов – средний уровень

10-12 баллов – выше среднего уровня

13-15 баллов – высокий уровень

«Мониторинг личностного развития обучающихся при обучении по дополнительной общеобразовательной программе «Всегда первый»

| Отношение к деятельности | |
|---|--|
| 1. Самостоятельность | <p>Высокий 13-15 б. - хорошо занимается без контроля со стороны, правильно организует свое рабочее место, участвует в делах детского объединения, побуждая к этому товарищей.</p> <p>Выше среднего 10-12 б. - хорошо занимается без контроля со стороны, правильно организует свое рабочее место, но не побуждает к этому товарищей.</p> <p>Средний 7-9 б. - хорошо занимается без контроля со стороны, правильно организует свое рабочее место, но не всегда участвует в делах детского объединения.</p> <p>Ниже среднего 4-6 б. - не всегда хорошо занимается без контроля со стороны, не участвует в делах детского объединения.</p> <p>Низкий 1-3 б. - при выполнении работ нуждается в руководстве.</p> |
| 2. Инициативность и творчество | <p>Высокий 13-15 б. - постоянно в творческом поиске (разрабатывает пособия, читает литературу по предмету, предлагает свои варианты при создании коллективных работ), помогает товарищам при разработке заданий.</p> <p>Выше среднего 10-12 б. - постоянно в творческом поиске (разрабатывает пособия, читает литературу по предмету, предлагает свои варианты при создании коллективных работ), но не помогает товарищам при разработке пособий.</p> <p>Средний 7-9 б. - в творческом поиске (разрабатывает пособия, читает литературу по предмету).</p> <p>Ниже среднего 4-6 б. - может сам разработать пособие, но в основном работает по образцу.</p> <p>Низкий 1-3 б. - выполняет работу при наличии образца, предложенного педагогом, требует контроля.</p> |
| 3. Осознание значимости деятельности | <p>Высокий 13-15 б. - уважительное и бережное отношение к результатам труда (личное и общественное имущество, творческие работы...) и побуждение к этому товарищей.</p> <p>Выше среднего 10-12 б. - уважительное и бережное отношение к результатам труда (личное и общественное имущество, творческие работы.).</p> <p>Средний 7-9 б. - уважительное и бережное отношение к результатам своего труда, но не всегда к ре-</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>зультатам труда своих товарищей и к общественному имуществу. Ниже среднего 4-6 б. - не всегда уважительное и бережное отношение к результатам труда (личное и общественное имущество, творческие работы.). Низкий 1-3 б. - не осознает значимость труда, небережлив, допускает порчу имущества.</p> |
| Отношение к людям | |
| 1. Уважительное отношение к старшим | <p>Высокий 13-15 б. - уважает старших, не терпит неуважительного отношения к ним со стороны сверстников. Выше среднего 10-12 б. - уважает старших. Средний 7-9 б. - уважает старших избирательно, кто пользуется авторитетом. Ниже среднего 4-6 б. - к взрослым не всегда уважителен, нуждается в руководстве. Низкий 1-3 б. - не уважает старших</p> |
| 2. Отношение к сверстникам | <p>Высокий 13-15 б. - отзывчив, честен в отношениях, дружелюбно относится к сверстникам, осуждает грубость и не терпит проявления лжи, встает на защиту слабых. Выше среднего 10-12 б. - отзывчив, честен в отношениях, дружелюбно относится к сверстникам. Средний 7-9 б. - не всегда отзывчив и доброжелателен. Ниже среднего 4-6 б. - часто конфликтует со сверстниками. Низкий 1-3 б. - постоянно конфликтует со сверстниками.</p> |
| Отношение к себе | |
| 1. Соблюдение правил культуры поведения | <p>Высокий 13-15 б. - соблюдает правила культуры поведения, требует этого от других. Выше среднего 10-12 б. - соблюдает правила культуры поведения. Средний 7-9 б. - не всегда соблюдает правила поведения. Ниже среднего 4-6 б. - правила поведения соблюдает при наличии контроля. Низкий 1-3 б. - не соблюдает правила поведения.</p> |
| 2. Самооценка | <p>Высокий 13-15 б. - адекватная самооценка (достаточно самокритичен, с помощью педагога может признать и увидеть свои ошибки, уверен в себе, не боится браться за новые дела, быстро адаптируется в новом коллективе, жизненных ситуациях) Выше среднего 10-12 б. - в основном адекватная самооценка</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Средний 7-9 б. - бывает адекватная и неадекватная самооценка</p> <p>Ниже среднего 4-6 б. - часто бывает неадекватная самооценка</p> <p>Низкий 1-3 б. - завышенная (не признает критику, излишне самоуверен в себе, никогда не считает себя виноватым, а перекладывает вину на других, образ «Я - лучше всех») заниженная (неуверен в себе, повышенная тревожность «Я не справлюсь, я боюсь», долго адаптируется в новых условиях)</p> |
| 3. Стремление к самосовершенствованию | <p>Высокий 13-15 б. - знает свои сильные и слабые стороны, стремится изменить себя в лучшую сторону и помогает в этом другим.</p> <p>Выше среднего 10-12 б. - знает свои сильные и слабые стороны, стремится изменить себя в лучшую сторону.</p> <p>Средний 7-9 б. - знает свои сильные и слабые стороны, но не всегда стремится изменить себя в лучшую сторону.</p> <p>Ниже среднего 4-6 б. - не всегда знает свои сильные и слабые стороны, нуждается в поддержке педагога.</p> <p>Низкий 1-3 б. - не обращает внимания на свои слабые стороны, нуждается в поддержке педагога в формировании положительных личностных качеств.</p> |

1-3 балла – низкий уровень

4-6 баллов – ниже среднего уровня

7-9 баллов – средний уровень

10-12 баллов – выше среднего уровня

13-15 баллов – высокий уровень

Учебно-методический комплект по ОБЖ, реализующий программу

▲ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 (ст.2, п.9, п. 14; ст.12, п.5; ст.33, п.2; ст.75, п.2, п.4)

▲ Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

▲ «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» от 04.07.2014 № 41

▲ Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 № 1726-р (раздел IV)

▲ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242)

▲ Рыбин А.Л. Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся: 5-9 кл. В 2 ч. (24 плаката) / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов, Хренников ; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

▲ Рыбин А.Л. Безопасность дорожного движения: Учеб. наглядное пособие для учащихся: 5-9 кл. / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

▲ Рыбин А.Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 5-9 кл. . / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

▲ Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.

▲ Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.

▲ Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.

▲ Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.

▲ Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.

Дополнительная литература

1. Безопасность жизнедеятельности. Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений / С.В. Белов, В.А. Девисилов, А.Ф. Козьяков и др. Под общ. ред. С.В.Белова. – 6-е издание, стереотипное. – М.: Высшая школа, 2008. – 423 с.

2. Девисилов В.А. Охрана труда: учебник / В.А. Девисилов. – 4-е изд., перераб. и доп.– М.: ФОРУМ, 2009. – 496 с.: ил. (Профессиональное образование).33

3. Акимов В.А. Безопасность жизнедеятельности. Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера: Учебное пособие / В.А. Акимов, Ю.Л. Воробьев, М.И. Фалеев и др. Издание 2-е, переработанное. – М.: Высшая школа, 2007. – 592 с.

4. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов (под ред. Арустамова Э.А.) Изд.12-е, перераб., доп. – М.: Дашков и К, 2007. – 420 с.

5. Человеческий фактор в обеспечении безопасности и охраны труда: Учебное пособие / П.П. Кукин, Н.Л. Пономарев, В.М. Попов, Н.И. Сердюк. – М.: Высшая школа, 2008. – 317 с.

6. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Занько Н.Г, Малаян К.Р., Русак О. Н. – 12 издание, пер. и доп. – СПб.: Лань, 2008. – 672 с.

7. Б.С. Мاستрюков Опасные ситуации техногенного характера и защита от них. Учебник для вузов / Б.С. Мастрюков. – М.: Академия, 2009. – 320 с.

8. Б.С. Мастрюков Безопасность в чрезвычайных ситуациях. – Изд. 5-е, перераб. – М.: Академия, 2008. – 334 с.

В целом для преподавания учебного предмета ОБЖ рекомендуется использовать любое учебное пособие, включенное в Федеральные перечни учебников, учебнометодических и методических изданий, рекомендованных (допущенных) Минобрнауки России к использованию в образовательных учреждениях. В процессе подготовки к Олимпиаде идет поиск и Интернет-ресурсов поддерживающих вопросы методической работы учителя по основам безопасности жизнедеятельности, разработки содержания и степени сложности теоретических и практических олимпиадных заданий.

Интернет-ресурсы:

1. <http://window.edu.ru/> единое окно доступа к образовательным ресурсам (информация о подготовке к урокам, стандарты образования, информация о новых учебниках и учебных пособиях).
2. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
3. <http://www.1september.ru> веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября» (статьи по основам безопасности жизнедеятельности в свободном доступе, имеется также архив статей).
4. <http://www.school-obz.org/> – информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности. 34
5. <http://www.km-school.ru/> Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий».
6. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях.
7. <http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности.
8. www.rosolymp.ru. Всероссийская олимпиада школьников, в т.ч. по основам безопасности жизнедеятельности.

Список образовательных сайтов, используемых при подготовке и проведении занятий

| <u>Название сайта</u> | <u>Электронный адрес</u> |
|---|---|
| Совет безопасности РФ | http://www.scrf.gov.ru |
| Министерство внутренних дел РФ | http://www.mvd.ru |
| МЧС России | http://www.emercom.gov.ru |
| Министерство здравоохранения и соцразвития РФ | http://www.minzdrav-rf.ru |
| Министерство обороны РФ | http://www.mil.ru |
| Министерство образования и науки РФ | http://mon.gov.ru/ |
| Министерство природных ресурсов РФ | http://www.mnr.gov.ru |
| Федеральная служба железнодорожных войск РФ | http://www.fsgv.ru |
| Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды | http://www.mecom.ru/roshydro/pu |
| Федеральная пограничная служба | http://www.fps.gov.ru |
| Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности | http://www.gan.ru |
| Русский образовательный портал | http://www.gov.ed.ru |
| Федеральный российский общеобразовательный портал | http://www.school.edu.ru |
| Федеральный портал «Российское образование» | http://www.edu.ru |
| Портал компании «Кирилл и Мефодий» | http://www.km.ru |
| Образовательный портал «Учеба» | http://www.uroki.ru |
| Журнал «Курьер образования» | http://www.courier.com.ru |

| | |
|--|---|
| Журнал «Вестник образования» | http://www.vestnik.edu.ru |
| Издательский дом «Профкнига» | http://www.profkniga.ru |
| Издательский дом «1 сентября» | http://www.1september.ru |
| Издательский дом «Армпресс» | http://www.armpress.info |
| Издательство «Просвещение» | http://www.prosv.ru |
| Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября») | http://festival.1september.ru |
| Энциклопедия безопасности | http://www.opasno.net |
| Личная безопасность | http://personal-safety.redut-7.ru |
| Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности | http://www.alleng.ru |
| «Мой компас» (безопасность ребёнка) | http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det |